*संपादकीय*

# पटाखों के पूर्ण-प्रतिबंध पर केंद्र मुस्तैद हो

सुप्रीम कोर्ट ने दिल्ली एनसीआर में पटाखों पर सख्ती से प्रतिबंध लगाने को कहा है वरना अवमानना की कार्रवाई होगी। अदालत ने उप्र, राजस्थान और हरियाणा सरकार से पर्यावरण संरक्षण अधिनियम के तहत निर्देश जारी करने को कहा है, जिसमें पटाखों का निर्माण, बिक्री, भंडारण और ऑनलाइन उपलब्धता पर पूर्ण प्रतिबंध लगे। कोर्ट ने ईपीए की धारा 5 के तहत जारी निर्देशों को राज्यों के सभी कानून प्रवर्तन तंत्रों के माध्यम से सख्ती से लागू करने की बात की। पटाखों को पूर्णतया प्रतिबंधित करने के बावजूद विभिन्न त्योहारों और हर्षोल्लास वाले मौकों पर आतिशबाजी रोकने में सरकार बुरी तरह असफल नजर आ रही है।

वायु, जल, कचरा, उद्योग से पहले ही प्रदूषण बहुत है, जिसमें मिल कर पटाखा प्रदूषण मानव जीवन के लिए खतरा बढ़ाने वाला साबित होता है। पटाखा उत्पादन में भारत चीन के बाद दुनिया में दूसरे स्थान पर है, जिसमें सबसे ज्यादा पटाखे (तकरीबन 85न्न) तमिलनाडु के शिवकाशी में बनते हैं। वहां पांच सौ से अधिक इकाइयों में छोटे-बड़े पटाखों का निर्माण होता है। शीर्ष अदालत पहले भी दिल्ली एनसीआर ही नहीं, बल्कि पूरे देश में पटाखों पर रोक लगाने की बात कह चुकी है।

बावजूद पटाखों की बिक्री साल-दर-साल बढ़ती जा रही है। अंदाजे के अनुसार, गये साल पटाखों की खुदरा बिक्री छह हजार करोड़ रुपये तक पहुंच गई थी। उप्र, बिहार और गुजरात में इनकी जबरदस्त मांग है। पटाखे जलाने और इनसे पर्यावरण को नुकसान को लेकर जनजागरूकता जरूरी है। हालांकि इसमें प्रसिद्ध शख्सियतों समेत राजनीतिक हस्तियों और बड़े दलों को आगे आना होगा और उनके यहां होने वाले उत्सवों/हर्षोन्माद के दौरान पटाखों को सख्ती से प्रतिबंधित करना होगा।

पटाखा उद्योग ने बेशक, लाखों लोगों को रोजगार दिया है, मगर उसे सीमित किए बगैर आतिशबाजी की बिक्री थामना दुष्कर होगा। प्रदूषण के चलते होने वाले घातक रोगों की रोकथाम के लिए आवश्यक है कि कुछ कड़े कदम फौरन उठाए जाएं। अदालत की बार-बार घुडक़ी के बावजूद सरकारों और प्रशासन के कानों में जूं रेंगती नहीं नजर आ रही, बल्कि जब भी पटाखों के खिलाफ अभियान चलाया जाता है, या कोई शख्सियत आवाज उठाती है, तो जनता उल्टा उस पर कटाक्ष करने और ट्रोलिंग करने पर उतारू हो जाती है। युवाओं और किशोरों के बीच पटाखों के दुष्परिणामों पर खुल कर चर्चा हो और राज्य सरकारों पर पटाखों के पूर्ण-प्रतिबंध पर केंद्र मुस्तैद हो।

# शेयर मार्केट में पैसे लगाने वाले निवेशक कुछ इस तरह बने करोड़पति!

## जब हकीकत पता लगी तो हो गया नुकसान

**नई दिल्ली**

ऑनलाइन ट्रेडिंग प्लेटफॉर्म 'ग्रो' ने सोमवार को जानकारी दी कि ऐप के कुछ यूजर्स को स्टॉक की कीमतों में विसंगतियों का सामना करना पड़ा। यह एक अस्थायी समस्या थी और बाद में इसे ठीक कर दिया गया।

इससे पहले तकनीकी गड़बड़ी के कारण ग्रो यूजर्स के निवेश मूल्यों को लेकर गलत जानकारी देखी गई। कुछ यूजर्स ने बताया कि उनके 1,000 रुपए के निवेश को ऐप पर गलत तरीके से 1,00,000 रुपए के निवेश के रूप में देखा जा रहा था। इससे कुछ यूजर्स को भ्रम की स्थिति का सामना करना पड़ा। तकनीकी गड़बड़ी के कारण कुछ यूजर्स के मुनाफे में 10,000 प्रतिशत से अधिक की वृद्धि देखी गई, जिससे कुछ अस्थायी रूप से करोड़पति बन गए, जबकि कुछ का निवेश मूल्य असल से बेहद कम हो गया। 'ग्रो' ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर बताया, हमारे कुछ यूजर्स को उनके स्टॉक प्राइस को लेकर विसंगतियों का सामना करना पड़ा। यह एक अस्थायी समस्या थी और अब इसका समाधान हो गया है।

'ग्रो' की ओर से आगे कहा गया कि जिन यूजर्स के जीटीटी (गुड टिल ट्रिगर) इस वजह से ट्रिगर हुए हैं, उनसे ग्रो सहायता टीम संपर्क कर रही है और समाधान की पेशकश कर रही है। ऑनलाइन ट्रेडिंग पोर्टल ने कहा, अगर आपको भी इस समस्या का सामना करना पड़ा है, तो हमें डायरेक्ट मैसेज करें। यह समस्या तब सामने आई जब कई यूजर्स ने विसंगतियों की रिपोर्ट करने के लिए सोशल मीडिया का सहारा लिया।

यूजर्स ने पोस्ट किया, मेरे खाते पर मेरे कुछ जीटीटी ऑर्डर आपके 'ग्रो' मूल्य विसंगति या 'ग्रो' मूल्य निर्धारण के साथ समस्याओं के कारण बेचे गए थे। मेरे पास आपके पिछले और वर्तमान मूल्य निर्धारण की स्थिति का स्क्रीनशॉट है। कृपया उचित कार्रवाई करें और मामले को हल करें। दूसरे यूजर ने पोस्ट किया, अगर हमारे नुकसान की भरपाई नहीं की गई तो हम ग्रो को छोड़ देंगे और दूसरे ट्रेडिंग प्लेटफॉर्म पर चले जाएंगे। गलत मूल्य प्रदर्शन के कारण बड़े व्यवधान हुए, कुछ यूजर्स ने गलत डेटा के आधार पर ट्रेडिंग निर्णय लिए।

यह स्थिति उन लोगों के लिए निराशा और वित्तीय नुकसान का कारण बनी, जिन्होंने भ्रामक जानकारी पर काम किया। एक ग्रो यूजर ने लिखा, वाकई ग्रो 2.8 लाख रुपए की यह जबरदस्त तेजी देखकर मैंने सोचा कि मुझे सोना मिल गया है, पता चला कि यह केवल एक बग था। अब मैं खरीद का ऑर्डर भी ठीक से नहीं दे सकता क्योंकि राशि पूरी तरह गड़बड़ है।

# एक्सिस बैंक और लक्ष्य शूटिंग क्लब मिलकर नवी मुंबई में बनाएंगे धांसू शूटिंग सेंटर

**नागपुर**

देश के बड़े प्राइवेट बैंकों में से एक एक्सिस बैंक अब खेलों को बढ़ावा देने के लिए आगे आया है। उन्होंने लक्ष्य शूटिंग क्लब के साथ मिलकर नवी मुंबई में एक शानदार शूटिंग सेंटर बनाने का फैसला किया है। इस सेंटर का नाम होगा 'एक्सिस बैंक लक्ष्य शूटिंग क्लब हाई परफॉर्मेंस सेंटर' (एचपीसी)।

समझौते पर एक्सिस बैंक के बड़े अधिकारी विजय मुलबागल और लक्ष्य शूटिंग क्लब की चेयरमैन, सुश्री सुमा शिरूर ने साइन किए। सुमा शिरूर खुद एक ओलंपियन और अर्जुन पुरस्कार विजेता हैं और उन्होंने भारतीय निशानेबाजी टीम को पेरिस ओलंपिक 2024 में मेडल जीतने के लिए ट्रेनिंग भी दी है। यह खास शूटिंग सेंटर उन नए खिलाड़ियों के लिए बहुत काम का होगा जो शूटिंग में अपना नाम करना चाहते हैं। यहां उन्हें वर्ल्ड क्लास की सुविधाएं मिलेंगी, बढ़िया ट्रेनिंग प्रोग्राम मिलेंगे और साथ ही कई तरह की एक्टिविटीज भी होंगी जिनसे वे जुड़ सकेंगे।

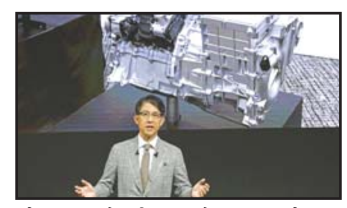
इस सेंटर का मकसद ओलंपिक लेवल के टॉप शूटर्स तैयार करना है और एक ऐसा प्लेटफॉर्म बनाना है जहां हर किसी को अपनी प्रतिभा दिखाने का मौका मिले। एक्सिस बैंक और लक्ष्य शूटिंग क्लब मिलकर चाहते हैं कि भारत निशानेबाजी के खेल में दुनिया में टॉप पर आए। इस सेंटर में क्या-क्या होगा? यहां एयर राइफल, एयर पिस्टल और 50 मीटर राइफल के लिए दो एकदम नए शूटिंग रेंज होंगे। इसके अलावा एक ऐसा सेंटर भी होगा जहां खिलाड़ियों की परफॉर्मेंस का एनालिसिस किया जाएगा, उन्हें चोटों से बचाया जाएगा और रिकवरी में मदद मिलेगी। खिलाड़ियों के दिमाग और भावनाओं को मजबूत करने के लिए एक स्पोर्ट्स साइकोलॉजी यूनिट भी होगी। इतना ही नहीं, दूर से आने वाले खिलाड़ियों और कोच के रहने के लिए कमरे और ट्रेनिंग की दूसरी सुविधाएं भी होंगी। उम्मीद है कि इस सेंटर में हर साल 400 से ज्यादा खिलाड़ी आएंगे, जिनमें रहने वाले और बाहर से आने वाले दोनों शामिल होंगे। सबसे अच्छी बात यह है कि यह सेंटर हर तरह के खिलाड़ियों के लिए आसान होगा, यहां तक कि पैरा-एथलीट्स (दिव्यांग खिलाड़ी) भी आसानी से आ-जा सकेंगे। जो खिलाड़ी पैरालिंपिक और डेफलिंपिक में भारत का नाम रोशन कर चुके हैं, उन्हें भी यहां सपोर्ट मिलेगा।

# आईपीएल की नई तारीखों का ऐलान, 6 वेन्यू पर खेले जाएंगे सभी मैच, 3 जून को होगा

**नईदिल्ली ।** इंडियन प्रीमियर लीग के 18वें सीजन के नए शेड्यूल का ऐलान बीसीसीआई द्वारा कर दिया गया है. आईपीएल 2025 की शुरुआत अब 17 मई से होने वाली है. इस टूर्नामेंट का फाइनल मैच अब 3 जून को खेला जाएगा. आईपीएल के सभी बाकी बचे हुए 17 मैच कुल 6 वेन्यू पर खेले जाएंगे. आईपीएल ने अपने आधिकारी एक्स अकाउंट पर पोस्ट कर आईपीएल के दोबारा शुरू होने की जानकारी दी है. बीसीसीआई ने इस संबध में जारी प्रेस विज्ञप्ति में लिखा, भारत में क्रिकेट के लिए नियंत्रण बोर्ड बीसीसीआई टाटा आईपीएल 2025 को फिर से शुरू करने की घोषणा करते हुए प्रसन्न है. सरकार और सुरक्षा एजेंसियों के साथ व्यापक परामर्श के बाद और सभी प्रमुख हितधारकों के साथ बोर्ड ने शेष सत्र के साथ आगे बढऩे का फैसला किया है. टूर्नामेंट 17 मई 2025 से शुरू होने वाला है. 6 स्थानों पर कुल 17 मैच खेले जाएंगे और 3 जून 2025 को फाइनल में समापन किया जाएगा. नए शेड्यूल में दो डबल-हेडर शामिल हैं जो दो रविवारों को खेले जाएंगे.

# टोयोटा प्रमुख का इलेक्ट्रिक वाहनों के पर्यावरणीय प्रभाव पर सवाल, हाइब्रिड को बताया बेहतर विकल्प

**नईदिल्ली**



टोयोटा कंपनी के बड़े अधिकारी अकीओ टोयोडा ने आजकल इलेक्ट्रिक गाडिय़ों को लेकर कुछ जरूरी बातें कही हैं। उनका कहना है कि इलेक्ट्रिक गाडिय़ों को पूरी तरह से साफ-सुथरी नहीं माना जा सकता। इसकी वजह ये है कि इन गाडिय़ों की बैटरी बनाने और उन्हें चार्ज करने के लिए जो बिजली चाहिए होती है, वो अक्सर ऐसी चीजों से बनती है जिनसे प्रदूषण होता है।

टोयोडा ने बताया कि इलेक्ट्रिक गाडिय़ों की बैटरी बनाने में लिथियम, कोबाल्ट और निकल जैसी धातुओं का इस्तेमाल होता है। इन धातुओं को जमीन से निकालने (माइनिंग) का काम पर्यावरण के लिए ठीक नहीं है। इसके अलावा, इन बैटरियों को बनाने और एक जगह से दूसरी जगह ले जाने में भी कार्बन गैस निकलती है, जो हवा को खराब करती है। अगर इलेक्ट्रिक गाडिय़ों को चार्ज करने के लिए जो बिजली इस्तेमाल हो रही है, वो कोयला या गैस जैसे प्रदूषण फैलाने वाले स्रोतों से आ रही है, तो इन गाडिय़ों को चलाने का कुल मिलाकर पर्यावरण पर अच्छा असर नहीं पड़ता। टोयोटा कंपनी ने अब तक 2 करोड़ 70 लाख से भी ज्यादा हाइब्रिड गाडिय़ां बेची हैं।

टोयोडा का कहना है कि ये गाडिय़ां इलेक्ट्रिक गाडिय़ों के मुकाबले कम कार्बन गैस छोड़ती हैं और इन्हें चार्ज करने के लिए अलग से कोई स्टेशन भी नहीं चाहिए होता। भारत में अभी हर जगह चार्जिंग स्टेशन नहीं हैं और बिजली की सप्लाई में भी कई बार दिक्कत आती है। ऐसे में टोयोडा मानते हैं कि हाइब्रिड गाडिय़ां यहां ज्यादा काम की और पर्यावरण के लिए भी बेहतर साबित हो सकती हैं।

अकीओ टोयोडा की ये बातें हमें सोचने पर मजबूर करती हैं कि इलेक्ट्रिक गाडिय़ों के पर्यावरण पर पडऩे वाले असर को सिर्फ ये देखकर नहीं आंकना चाहिए कि उनसे धुआं नहीं निकलता। उनकी बैटरी कैसे बनती है, उन्हें चार्ज करने के लिए बिजली कहां से आती है और दूसरी चीजों का भी ध्यान रखना जरूरी है।

# 3 खिलाड़ी जो इंग्लैंड दौरे पर ले सकते हैं विराट कोहली की जगह

## एक ने आईपीएल 2025 में मचाया गदर

**नई दिल्ली**

भारत के दाएं हाथ के स्टार बल्लेबाज विराट कोहली के टेस्ट क्रिकेट से संन्यास लेने से भारतीय टीम में एक बड़ा खालीपन आ गया है. आने वाले महत्वपूर्ण इंग्लैंड दौरे के साथ, टीम इंडिया को बड़ी चुनौतियों का सामना करना पड़ेगा. सभी की निगाहें टेस्ट टीम में कोहली की जगह लेने वाले खिलाड़ी पर होंगी.

विदेशी दौरे के सबसे भरोसेमंद बल्लेबाज विराट कोहली का टेस्ट से संन्यास लेना भारत के लिए बहुत ही महत्वपूर्ण समय पर आया है. पिछले सप्ताह रोहित शर्मा के खेल के सबसे लंबे फॉर्मेट से संन्यास लेने के बाद टीम पहले से ही नए कप्तान की तलाश कर रही थी, और अब चयनकर्ताओं को ऐसे खिलाड़ियों को खोजना होगा जो टीम में कोहली की जगह ले सकें.

पूर्व भारतीय कप्तान किंग कोहली 2013 से हर इंग्लैंड दौरे पर गए हैं, लेकिन इस बार वे नहीं होंगे, और उनके अनुभव की कमी निश्चित रूप से भारतीय टीम को खलेगी. चयनकर्ताओं के लिए टीम में उनके रिप्लेसमेंट को ढूंढना एक बड़ी चुनौती होगी. इसी कड़ी में, हम आपको इस स्टोरी के जरिए 3 ऐसे खिलाड़ियों के बारे में बताने वाले हैं, जो भारत की टेस्ट टीम में उनकी जगह ले सकते हैं.

दाएं हाथ के अनुभवी बल्लेबाज करुण नायर पिछले एक साल से खेल के सभी प्रारूपों में शानदार फॉर्म में हैं. उन्होंने पिछले रणजी सीजन में 16 पारियों में 53.93 की औसत से 863 रन बनाए और अंतिम चैंपियन विदर्भ के लिए 4 शतक और 2 अर्द्धशतक भी लगाए. नायर ने विदर्भ के लिए मिडिल ऑर्डर में बल्लेबाजी की और टेस्ट क्रिकेट में उनका तिहरा शतक भी लगभग 9 साल पहले इंग्लैंड के खिलाफ आया था. विराट कोहली के टेस्ट से संन्यास लेने के बाद नायर भारत की टेस्ट टीम में वापसी करने के लिए सबसे संभावित उम्मीदवार हैं. घरेलू क्रिकेट में लगातार अच्छा प्रदर्शन करने के बाद चयनकर्ताओं द्वारा उनका चयन किए जाने की पूरी संभावना है.

बाएं हाथ के युवा बल्लेबाज साई सुदर्शन की कॉम्पैक्ट तकनीक ने उन्हें अगले महीने इंग्लैंड जाने वाले फेवरेट खिलाड़ियों में से एक बना दिया है.

# ऑस्ट्रेलिया ने वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप फाइनल के लिए टीम की घोषित

## 3 धाकड़ खिलाड़ियों की वापसी, पैट कमिंस होगा कप्तान?

**नई दिल्ली**

ऑस्ट्रेलिया ने 11 से 15 जून तक लॉर्ड्स के मैदान पर खेले जाने वाले वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप फाइनल 2025 के लिए अपने स्क्वाड का ऐलान कर दिया है. दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ अगले महीने खेले जाने वाले इस मुकाबले में ऑस्ट्रेलिया की कमान पैट कमिंस संभालेंगे. वहीं, तेज गेंदबाज जोश हेजलवुड और स्टार ऑलराउंडर कैमरून ग्रीन की चोट के बाद टीम में वापसी हुई है.

ये तीनों खिलाड़ी लॉर्ड्स में होने वाले महामुकाबले के लिए ऑस्ट्रेलियाई टीम में वापस आ गए हैं, जहां ऑस्ट्रेलिया 2023 में भारत के खिलाफ ओवल में जीती गई विश्व टेस्ट चैंपियनशिप की गदा को बचाने के लक्ष्य के साथ मैदान पर उतरेगा. कमिंस और हेजलवुड चोट के कारण श्रीलंका में ऑस्ट्रेलिया की पिछली टेस्ट सीरीज से चूक गए थे, जबकि ग्रीन पीठ की सर्जरी से उबरने के बाद 12 महीने से अधिक समय में अपना पहला टेस्ट मैच खेलने के लिए तैयार हैं.

ऑस्ट्रेलिया की टीम अनुभव से भरपूर है और इस मुकाबले के लिए पूरी ताकत से तैयार है. टीम में कमिंस के साथ मिशेल स्टार्क, स्कॉट बोलैंड और हेजलवुड जैसे तेज गेंदबाज शामिल हैं, जिसमें नाथन लियोन और मैट कुहनेमैन के रूप में दो स्पिन ऑप्शन भी मौजूद हैं.

बाएं हाथ के युवा बल्लेबाज सैम कोंस्टास को भी टीम में जगह मिली है, जिन्हें इस साल की शुरुआत में श्रीलंका दौरे के लिए चुना गया था, लेकिन गॉल में दोनों टेस्ट मैचों के लिए उन्हें नजरअंदाज किया गया. 19 वर्षीय खिलाड़ी इंग्लैंड के अपने पहले दौरे पर जाएंगे, और उस्मान ख्वाजा के बाद टॉप-ऑर्डर में अपना स्थान फिर से हासिल करने की उम्मीद करेंगे.

टीम में दो विकेटकीपर बल्लेबाज एलेक्स कैरी और जोस इंगलिस को जगह मिली है, जबकि ब्रेंडन डॉगेट ट्रेवल रिजर्व के रूप में टीम के साथ यात्रा करेंगे. ऑस्ट्रेलिया आईसीसी इवेंट तकनीकी समिति की मंजूरी से डब्ल्यूटीसी फाइनल से पहले अपनी टीम में बदलाव कर सकता है.

# केसरी वीर का गाना ढोलीडा ढोल नगाड़ा रिलीज, प्रेम रंग में रंगे सूरज पंचोली-आकांक्षा शर्मा

फिल्म 'केसरी वीर' का नया गाना 'ढोलीडा ढोल नगाड़ाज्' मेकर्स ने रिलीज किया है। इस गाने में सूरज पंचोली और आकांक्षा शर्मा गरबा करते हुए नजर आ रहे हैं। साथ ही गाने में वह प्यार के डूबे हुए भी दिख रहे हैं। यह फिल्म जरूर एक हिस्टोरिकल ड्रामा फिल्म है लेकिन इसमें सूरज और आकांक्षा के किरदारों के बीच एक प्रेम कहानी भी चलती है।

'ढोलिडा ढोल नगाड़ाज्' गाने को सुनिधि चौहान, कीर्तिदान गढ़वी और गौरव चट्टी ने गाया है। इस गाने को सृजन ने लिखा है और मोंटी शर्मा ने कंपोज, प्रोड्यूस किया है। फिल्म 'केसरी वीर' का निर्देशन प्रिंस धीमान ने किया है और इसके निर्माता कनु चौहान हैं।

हाल ही में सुनील शेट्टी, सूरज पंचोली और विवेक ओबेरॉय की फिल्म 'केसरी वीर' की रिलीज डेट भी बदली गई है। इस फिल्म के मेकर्स ने एक इंस्टाग्राम पोस्ट के जरिए जानकारी दी है कि उनकी फिल्म अब 23 मई 2025 को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। पहले यह फिल्म 16 मई 2025 को रिलीज होने वाली थी।

फिल्म 'केसरी वीर' में एक्शन, इमोशन, ड्रामा और हिस्ट्री सभी कुछ शामिल है। इस फिल्म में सुनील शेट्टी, सूरज पंचोली ने योद्धाओं के रोल किए हैं वहीं विवेक ओबेरॉय खलनायक के रोल में नजर आ रहे हैं।

# नयनतारा ने किया फिल्म लव इंश्योरेंस कंपनी का ऐलान; रिलीज तारीख से भी उठा पर्दा

साउथ अभिनेत्री नयनतारा बतौर निर्माता अपनी फिल्म लव इंश्योरेंस कंपनी लेकर आ रही हैं। यह एक रोमांटिक-कॉमेडी ड्रामा फिल्म होगी। इस फिल्म का निर्देशन और लेखन नयनतारा के पति विग्नेश शिवन ने किया है।

नयनतारा ने कुछ ही देर पहले इंस्टाग्राम पर फिल्म लव इंश्योरेंस कंपनी को लेकर एक पोस्ट शेयर किया है। इस पोस्ट के साथ नयनतारा ने फिल्म एलआईके की एक झलक दिखाई और साथ ही कैप्शन में लिखा, आओ प्यार में पड़ें, इस त्यौहार के मौसम में... प्यार के त्यौहार का जश्न मनाने के लिए 18 सितंबर को आप सभी से मिलते हैं।

लव इंश्योरेंस कंपनी (एलआईके) एक साइंस फिक्शन रोमांटिक कॉमेडी फिल्म है। इसे राउडी पिक्चर्स और सेवन स्क्रीन स्टूडियो ने मिलकर बनाया है।

# आज का राशिफल

***मेष :*** आज आपका दिन खुशियों से भरा रहेगा। आज आप जिम्मेदारियों को बखूबी निभाने में सफल होंगे, घर के लिए कुछ नए सामान की खरीदारी करेंगे। आज अपनी योग्यता और सामर्थ्य को पहचाने तथा समय का उचित सदुपयोग करेंगे।

***वृष :*** आज आपका दिन फेवरेबल रहेगा। आज परिवार वालों का सहयोग प्राप्त होगा। आपके मित्र मददगार साबित होंगे। आपकी कार्यक्षमता में बढ़ोतरी होगी आज सचेत रहने से समस्याओं को जल्दी सुलझा लेंगे।

***मिथुन :*** आज आपका दिन लाभदायक रहेगा। आज आपका मान-सम्मान बढ़ेगा। हर काम को सोच-विचार कर करना आपको सफलता देगा। किसी मित्र की मदद से उलझे कार्य सुलझ जाएंगे। आज मानसिक रूप से बहुत अधिक सुकून महसूस करेंगे।

***कर्क :*** आज आपका दिन अच्छा रहेगा। जीवनसाथी की सलाह व सहयोग आपके लिए लाभदायक रहेंगे। आज काम का बोझ अधिक हो सकता है, लेकिन आप किसी काम के लिए जितना ज्यादा प्रयास करेंगे, काम उतना ही बेहतर तरीके से होगा।

***सिंह :*** आज आपके दिन की शुरुआत अच्छी रहेगी। आप आसपास के लोगों के सहयोग से घरेलू कार्य पूरा करने में सफल होंगे। आपको माता-पिता का आशीर्वाद प्राप्त होगा। आज कारोबार सम्बन्धी भाग-दौड़ रहेगी।

***कन्या :*** आज आपका दिन अच्छा रहेगा। आज आपको आर्थिक लाभ के अच्छे अवसर मिलेंगे। आपको यात्रा से लाभ होगा। बच्चे अपनी पढ़ाई के प्रति एकाग्र चित्त रहेंगे। करियर में आप नए आयाम स्थापित करेंगे।

***तुला :*** आज का दिन आपके परिवार के लिए नई खुशियां लाया है। आपका दिन परिवार वालों के साथ बीतेगा। आज आपकी मेहनत व प्रयास के सार्थक परिणाम सामने आएंगे। कुछ खास लोगों से मेलजोल होगा और किसी मांगलिक कार्य संबंधी योजना बनेगी।

***वृश्चिक :*** आज आपका दिन लाभदायक रहेगा। आज आपका काम करने का जुनून आपको निश्चित ही उपलब्धि हासिल करवाएगा, लेकिन बड़ा सौदा करने से पहले उसकी पूरी जांच पड़ताल अवश्य करें। पारिवारिक रिश्ते मजबूत होंगे।

***धनु :*** आज आपका दिन उत्तम रहने वाला है। कार्यस्थल पर काम रोज की तुलना में बेहतर तरीके से होगा। आज जीवनसाथी आपकी बहुत तारीफ करेंगे। आप खुद को सेहतमंद महसूस करेंगे।

***मकर :*** आज का दिन आपके अनुकूल रहेगा। आज आपकी इच्छाओं की पूर्ति होगी। आज किसी भी कार्य को लेकर सतर्कता रखने से आप कई परेशानियों से बच सकते हैं। आज आप अपनी मेहनत और योग्यता से निश्चित ही सफलता हासिल करेंगे।

***कुंभ :*** आज आपका दिन खुशियों से भरा रहेगा। आज ऑफिस के सहकर्मी आपके कामों में सहयोग करेंगे, आपका काम जल्दी पूरा हो जाएगा। आज महत्वपूर्ण निर्णय लेते समय अपने बजट का भी ध्यान रखें, क्योंकि खर्चो की स्थिति बढ़ती नजर आ रही है।

***मीन:*** आज आपका दिन नई उमंगों के साथ शुरू होगा। पारिवारिक कामों को करने में घर के सदस्यों का सहयोग मिलेगा। किसी अनजान से निजी समस्याओं को शेयर करने से बचना चाहिए।

# गर्मियों के दौरान आइस एप्पल के सेवन से मिल सकते हैं ये 5 फायदे

गर्मियों में शरीर को ठंडक देने के लिए कई लोग आम पना, नींबू पानी, लस्सी या फिर छाछ का सेवन करते हैं, लेकिन इन पेय में एक ही तरह का स्वाद होता है। ऐसे में इनका रोजाना सेवन करना उबाऊ हो सकता है। हालांकि, क्या आपने कभी आइस एप्पल के बारे में सुना है? अगर नहीं तो जान लीजिए कि यह न केवल स्वादिष्ट है, बल्कि सेहत के लिए फायदेमंद भी है।

**दिल को स्वस्थ रखने में है सहायक-** दिल को स्वस्थ रखने में आइस एप्पल का सेवन अहम भूमिका निभा सकता है। इसका कारण है कि इसमें ऐसे तत्व होते हैं, जो हानिकारक कोलेस्ट्रॉल के जमाव को रोकने में मदद कर सकते हैं। इसके अतिरिक्त यह शरीर में हानिकारक तत्वों के प्रभाव को कम करके दिल के रोग के खतरे को भी दूर कर सकते हैं।

**शरीर को ठंडक देने में है सहायक-** आइस एप्पल की तासीर ठंडी होती है, जो शरीर को ठंडक देने में मदद कर सकती है। इसका कारण है कि इसमें मौजूद पोषक तत्व शरीर के तापमान को नियंत्रित करने में मदद कर सकते हैं। इसलिए गर्मियों में इसका सेवन करना लाभदायक है। आप चाहें तो आइस एप्पल का जूस बनाकर भी पी सकते हैं। यह न केवल स्वादिष्ट है, बल्कि शरीर को ठंडक देने में भी मदद कर सकता है।

**पाचन को ठीक रखने में है कारगर-** अगर आप रोजाना आइस एप्पल का सेवन करते हैं तो यह पाचन पर सकारात्मक प्रभाव डाल सकता है। इसका कारण है कि इसमें मौजूद फाइबर की मात्रा पाचन में सूजन और जलन को कम करने में मदद कर सकती है। इसके अतिरिक्त फाइबर की मात्रा मल त्याग को नियंत्रित करने और कब्ज की समस्या से छुटकारा दिलाने में भी सहायक है।

**रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने में है प्रभावी-** रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने में भी आइस एप्पल फायदेमंद हो सकता है। इसका कारण है कि इसमें मौजूद विटामिन-सी की अधिक मात्रा रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने में मदद कर सकती है।

**त्वचा के लिए भी है लाभदायक-** आइस एप्पल न केवल सेहत, बल्कि त्वचा के लिए भी लाभकारी है। इसमें ऐसे गुण होते हैं, जो त्वचा की सूजन और जलन को कम करने में मदद कर सकते हैं। यह न केवल आपकी त्वचा को पोषण देता है, बल्कि इसे चमकदार भी बनाता है।

# शब्द सामर्थ्य- 47

**बाएं से दाएं**

1. राजद प्रमुख 6. रखवाला, रक्षा करने वाला 7. दयालु, रहम करने वाला (उ.) 10. युग्म, जोड़ा, एक राशि, एक फिल्म अभिनेता 13. कैदखाना, जेल, हिरासत 15. जानकी, जनकनंदनी 17. व्यर्थ की बात, बकबक 18. नारी, स्त्री, महिला 21. विक्रय करना 22. वाणी, कथन, वादा 24. ताश में दस अंकों वाला पत्ता 25. नगर का, नागरिक, चतुर।

**ऊपर से नीचे**

1. बेफ्रिक, निश्चिंत, जिसे कोई परवाह न हो 2. मूर्ति 3. दोस्त, प्रेमी 4. कुशल, विशेषज्ञ 5. बगुला 8. झुका हुआ, झुकाया गया, नत 9. इधर-उधर, पास पड़ोस 11. किस्मत, तकदीर, भाग्य 14. बंदर, मर्कट, कपि 16. शक्तिशाली, बलवान 18. संतान, संतति 19. अस्तबल, घुड़साल 20. राजी करना, रूठे हुए को प्रसन्न करना 23. सरिता, नदिया, नद।

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | 2 | | | 3 | 4 | 5 | ■ |
| | ■ | | ■ | ■ | 6 | | | ■ |
| 7 | | | 8 | ■ | ■ | ■ | ■ | 9 |
| | ■ | ■ | 10 | | 11 | ■ | 12 | |
| 13 | 14 | | | ■ | 15 | 16 | ■ | |
| ■ | | ■ | ■ | ■ | 17 | | | |
| 18 | | 19 | ■ | 20 | ■ | | ■ | ■ |
| | ■ | 21 | | | ■ | 22 | | 23 |
| 24 | | | ■ | 25 | | | ■ | |

**शब्द सामर्थ्य क्रमांक 046 का हल**

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| मा | म | ला | ■ | सि | वा | य | ■ | कि |
| लि | ■ | चा | ह | त | ■ | म | म | ता |
| क | सू | र | ■ | म | ग | न | ■ | ब |
| ■ | र | ■ | ■ | ■ | द | ■ | ■ | ■ |
| क | मा | न | ■ | पा | र | स | ■ | स |
| मी | ■ | म | जा | ल | ■ | न | क | ली |
| ना | दा | न | ■ | ना | र | द | ■ | का |
| ■ | मि | ■ | ■ | ■ | तौं | ■ | ■ | ■ |
| सु | नी | ल | ■ | अ | धी | र | ■ | जी |

# सू-दोकू- 47

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 7 | | | | 1 | | 3 | |
| 1 | | 9 | | | | 5 | | |
| | | | 3 | | | | 1 | |
| | | 5 | | | | | | 3 |
| 3 | | | | | 2 | | 5 | |
| | | | | 3 | | | | 2 |
| | 4 | | | | | | 7 | |
| 7 | | 8 | | 1 | | 6 | | |
| | 6 | | 7 | | 9 | | | 1 |

**नियम**

1. कुल 81 वर्ग है, जिसमें 9 वर्गों का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1 से 9 के बीच का कोई एक अंक र सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम, कतार और खंड में 1 से 9 अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

**सू-दोकू क्र.046 का हल**

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 5 | 2 | 4 | 9 | 6 | 7 | 8 | 1 | 3 |
| 3 | 6 | 7 | 4 | 1 | 8 | 2 | 9 | 5 |
| 8 | 1 | 9 | 3 | 2 | 5 | 4 | 6 | 7 |
| 6 | 3 | 5 | 1 | 9 | 4 | 7 | 2 | 8 |
| 7 | 9 | 8 | 5 | 3 | 2 | 6 | 4 | 1 |
| 2 | 4 | 1 | 7 | 8 | 6 | 5 | 3 | 9 |
| 4 | 5 | 3 | 6 | 7 | 9 | 1 | 8 | 2 |
| 9 | 8 | 6 | 2 | 5 | 1 | 3 | 7 | 4 |
| 1 | 7 | 2 | 8 | 4 | 3 | 9 | 5 | 6 |